TreadClimber® by BOWFLEX®

TC5

Manual en Español Latino Americano: http://support.nautilus.com

Manual de ensamblaje

Índice

Instrucciones importantes de seguridad....3
Especificaciones y herramientas....4
Antes del ensamblaje....5
Piezas....6
Tornillería....8
Ensamblaje....9
Ajustes....22

Si tiene consultas o problemas con su producto, llame al 1 (800) 605–3369.

Nautilus, Inc., (800) NAUTILUS/(800) 628-8458, www.NautilusInc.com - Servicio al cliente: América del Norte (800) 605-3369, tcinquiry@nautilus.com | fuera de los EE. UU. +01-360-859-5180, technics-APLA@nautilus.com | Impreso en China | © 2011 Nautilus, Inc. Todos los derechos reservados. ™ y ® indican una marca comercial o una marca comercial registrada. Las marcas comerciales Nautilus, Inc. (www.NautilusInc.com) incluyen NAUTILUS®, BOWFLEX®, SCHWINN®, TreadClimber® y UNIVERSAL®, así como sus respectivos logotipos Otras marcas comerciales son propiedad de sus dueños respectivos.

Este ícono significa una situación posiblemente riesgosa que, de no evitarse, podría provocar la muerte o lesiones graves.

Acate las siguientes advertencias:

Lea y comprenda todas las Advertencias sobre esta máquina.

Lea atentamente y comprenda el manual de ensamblaje.

- Siempre mantenga a terceras personas y niños alejados del producto que está ensamblando.
- No instale las baterías en la máquina hasta el momento en que se especifica en el manual de ensamblaje.
- No ensamble esta máquina al aire libre ni en un lugar mojado o húmedo.
- Asegúrese de realizar el ensamblaje en un área de trabajo adecuada, alejada de transeúntes y terceras personas.
- Algunos componentes de la máquina pueden ser pesados o difíciles de manipular. Solicite la ayuda de otra persona para realizar los pasos de ensamblaje de dichas piezas. No realice usted solo los pasos que implican levantar objetos pesados o realizar movimientos difíciles.
- Coloque esta máquina sobre una superficie horizontal sólida y nivelada.
- No intente cambiar el diseño ni la funcionalidad de esta máquina. Si lo hace, podría poner en riesgo la seguridad de la máquina e invalidará la garantía.
- Si necesita reemplazar piezas, use sólo tornillería y piezas de repuesto originales provistas por Nautilus. No usar repuestos originales puede provocar riesgos para los usuarios, impedir que la máquina funcione correctamente e invalidar la garantía.
- No use la máquina hasta que esté completamente ensamblada y haya sido inspeccionada para comprobar su correcto funcionamiento según el manual.
- Lea y comprenda todo el Manual del usuario que se suministra con esta máquina antes de usarla. Mantenga
- Ejecute todos los pasos de ensamblaje en la secuencia indicada. El ensamblaje incorrecto puede producir lesiones o fallas de la máquina.
- Tenga en cuenta que en la operación normal de la máquina, el movimiento de los pedales está mecánicamente vinculado al movimiento de caminata de las bandas. Cuando las bandas de desplazamiento estén en reposo, los pedales descansarán en una posición fija. En caso de que un objeto se atore entre los pedales, éstos se pueden mover manualmente mediante una de las dos formas siguientes:
    1. Empuje hacia abajo con el pie o la mano la barra posapies exterior del pedal inferior; de esta forma se moverán los pedales para liberar el objeto.
    2. Empuje hacia abajo y hacia atrás con el pie o la mano la banda de desplazamiento del pedal inferior; de esta forma se moverán los pedales para liberar el objeto.

⚠PRECAUCIÓN No permita que los niños ni las mascotas jueguen con la máquina ni cerca de ésta.

Especificaciones y herramientas

Incluidas

#1
5 mm
6 mm

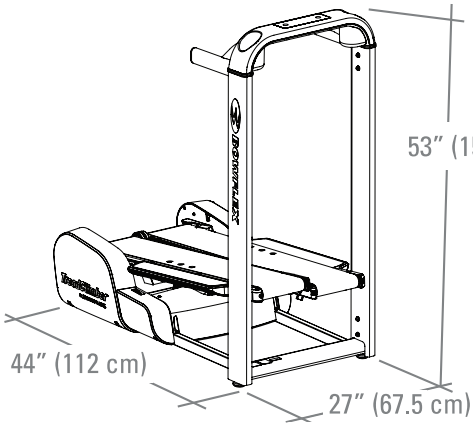
No incluidas

#2 cortas

(recomendado)

13 mm (1/2")

(recomendado)



Se necesitan: 2 baterías tamaño AA (LR6), que no se incluyen.

Seleccione el área donde va a instalar y hacer funcionar la máquina. Para un funcionamiento seguro, debe ubicarla sobre una superficie resistente y nivelada. Disponga un área de entrenamiento mínima de 167,6 x 312,4 cm (66 x 123 pulgadas).

Consejos básicos de ensamblaje

Al ensamblar la máquina, respete estos puntos básicos:

- Lea y entienda las “Instrucciones de seguridad importantes” antes del ensamblaje.
- Reúna todas las piezas necesarias para cada paso del ensamblaje.
- Con las llaves recomendadas, gire los pernos y tuercas hacia la derecha (en dirección de las manecillas del reloj) para apretar y hacia la izquierda (contra la dirección de las manecillas del reloj) para soltar, salvo que se instruya otra cosa.
- Al unir dos piezas, levántelas suavemente y mire a través de los orificios para los pernos con el fin de ayudar a insertar los pernos a través de los orificios.
- El ensamblaje requiere 2 personas.
- No use ninguna herramienta eléctrica para el ensamblaje.

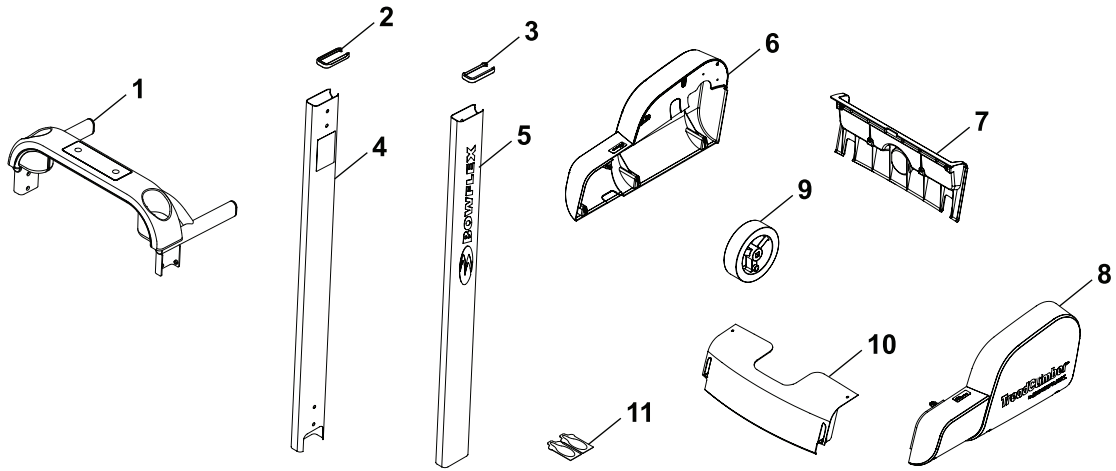
Estera para máquina

La estera para máquina Bowflex® TreadClimber® es un accesorio opcional que le ayuda a mantener el área de entrenamiento despejada y la agrega una capa de protección al piso. La estera de goma para máquina le brinda una superficie antideslizante de goma que limita las descargas estáticas y reduce la posibilidad de errores de visualización funcionamiento. Si es posible, coloque la estera para máquina Bowflex® TreadClimber® en el área de entrenamiento seleccionada antes de comenzar el ensamblaje.

Para pedir el la estera para máquina opcional, visite www.bowflex.com o llame al 1 (800) 605–3369.

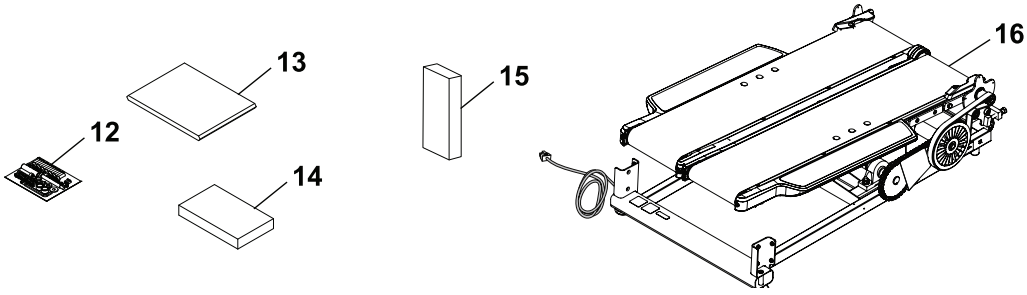
(2 CAJAS)

Caja 1



Elemento	Cant.	Descripción	Elemento	Cant.	Descripción
1	1	Ensamblaje de consola/manubrios	7	1	Cubierta trasera
2	1	Cubierta de unión, derecha	8	1	Cubierta lateral, izquierda
3	1	Cubierta de unión, izquierda	9	1	Ensamblaje del volante
4	1	Soporte vertical, derecho	10	1	Cubierta frontal
5	1	Soporte vertical, izquierdo	11	1	Kit de lubricación de la banda
6	1	Cubierta lateral, derecha			

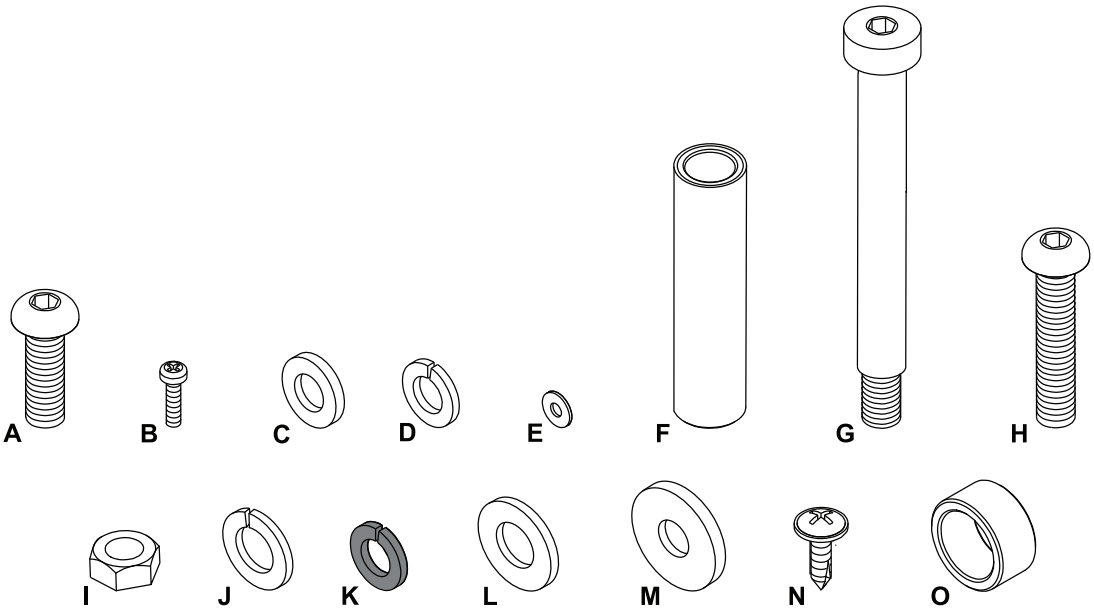
Caja 2



Elemento	Cant.	Descripción	Elemento	Cant.	Descripción
12	1	Lista de tornillería	15	1	Bloque de apoyo para los pedales
13	1	Kit de documentos	16	1	Ensamblaje de los pedales *
14	1	Plan de pérdida de peso Bowflex®			

* No retire la cinta de embalaje hasta que se le indique.

Tornillería



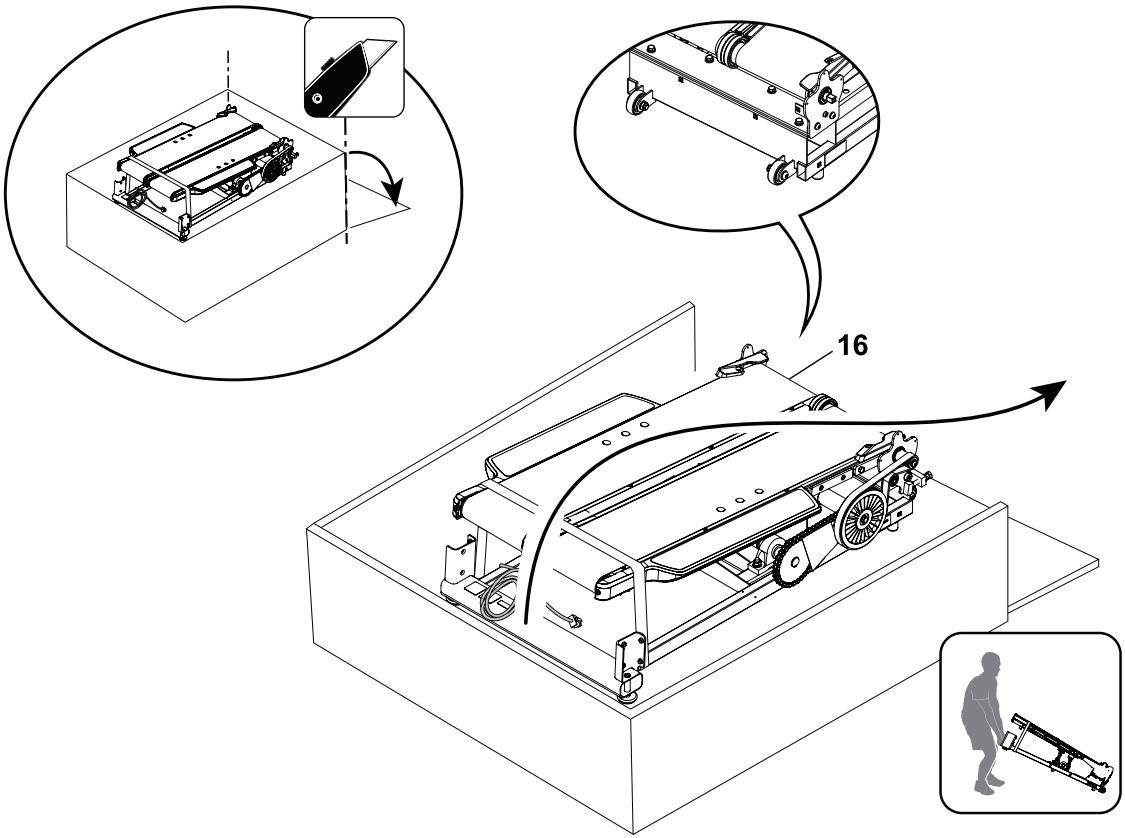
Elemento	Cant.	Descripción	Elemento	Cant.	Descripción
A	14	Tornillo hexagonal de cabeza semiesférica, M8x25	I	1	Tuerca hexagonal, M8
B	4	Tornillo Phillips, M4x12	J	1	Arandela de seguridad, M10x18
C	14	Arandela plana, M8x16	K	1	Arandela de seguridad, negra M8x14,8
D	14	Arandela de seguridad, M8 x 14	L	2	Arandela plana, M8x21
E	4	Arandela plana, M4 x 10	M	1	Arandela plana, negra y ancha M8x24
F	1	Tubo de balero	N	14	Tornillo Phillips, autorroscante M4x16
G	1	Tornillo hexagonal con hueco en la cabeza, M10x75	O	2	Separador
H	1	Button Head Hex Screw, M8x40			

No use ropa suelta ni joyas. Esta máquina contiene piezas móviles. No ponga los dedos ni otros objetos en las piezas móviles del equipo para ejercicios.

Algunos componentes de la máquina pueden ser pesados o difíciles de manipular. Solicite la ayuda de otra persona para realizar los pasos de ensamblaje de dichas piezas. No realice usted solo los pasos que implican levantar objetos pesados o realizar movimientos difíciles.

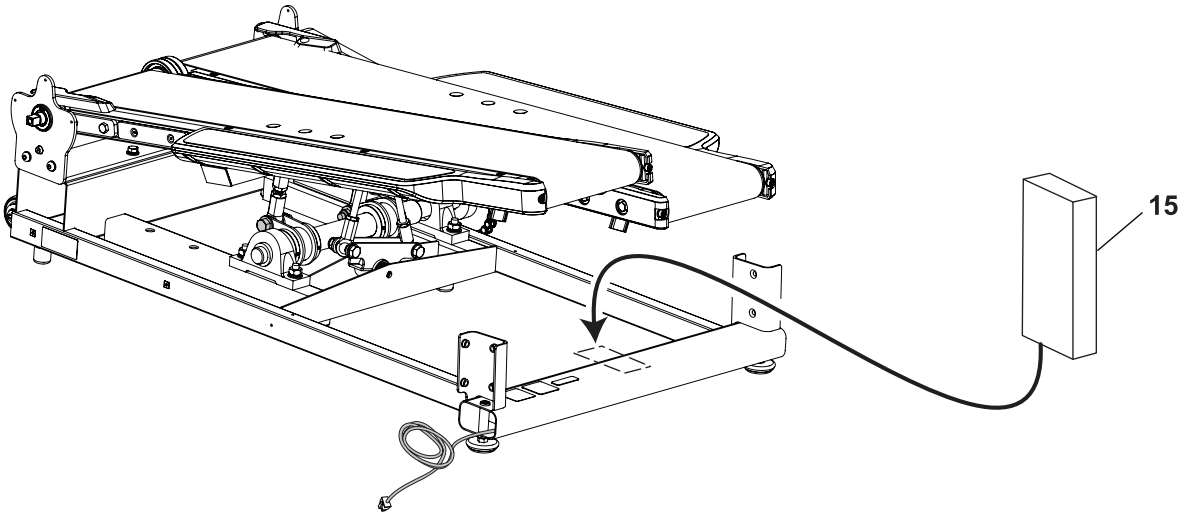
1. Corte y abra el extremo de la caja 2 y mueva el ensamblaje de los pedales a la nueva área de ejercicios

Nota: Levante con la barra de sujeción de transporte y no con los pedales. No retire la cinta de embalaje hasta que se le indique.



2. Corte la cinta de embalaje y coloque el bloque de apoyo para los pedales debajo de éstos

Nota: No levante los pedales más de lo necesario para colocar el bloque de apoyo.



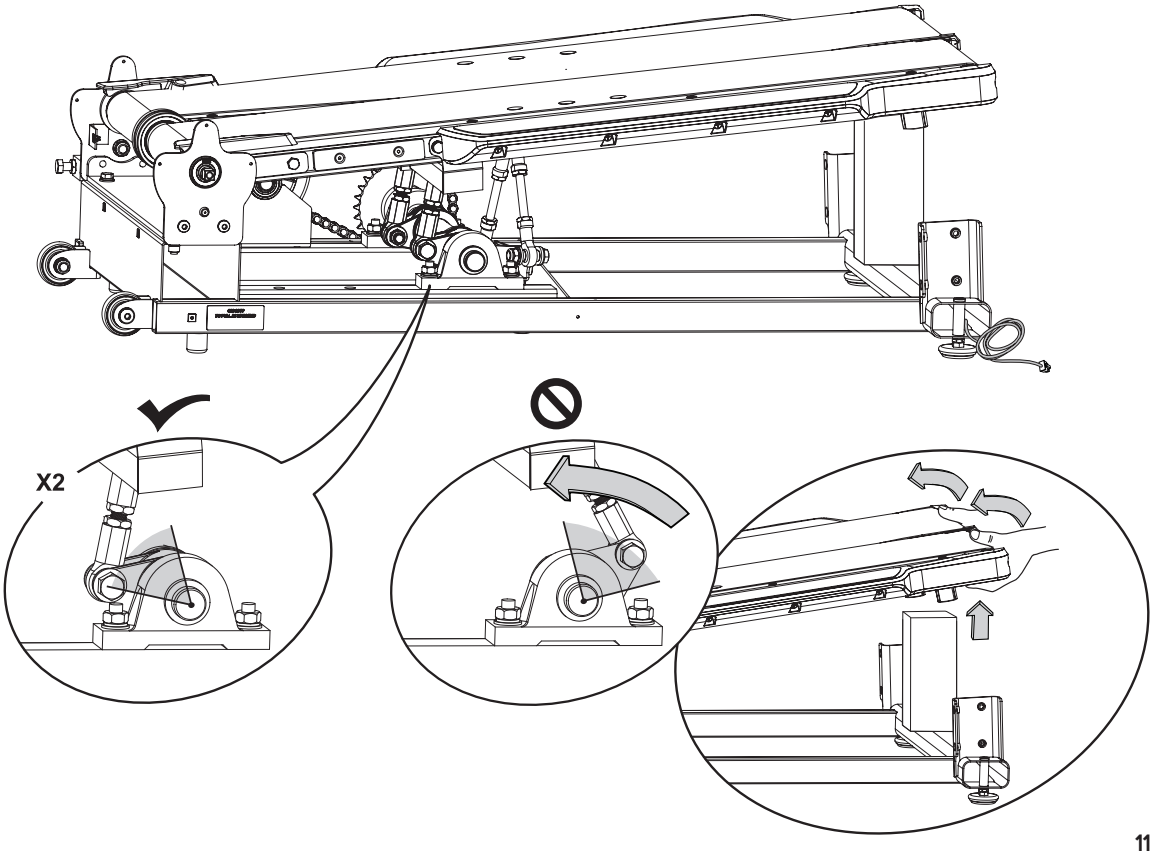
3. Revise y ajuste los baleros unidireccionales.

Los dos baleros unidireccionales deben estar colocados hacia las ruedas para transporte o la parte posterior de la máquina.

Si alguno de los baleros unidireccionales está adelantado, debe ajustarse. Desde el frente de la máquina, tome cada pedal sujetándolo de la banda de deslizamiento y levante. Mientras cada pedal está completamente levantado, ruede cada una de las bandas de desplazamiento hacia la parte posterior de la máquina. Continúe esta operación hasta que los dos baleros unidireccionales estén hacia atrás y en la zona de operación. Baje los pedales hacia el bloque de apoyo para éstos.

Las bandas de desplazamiento pueden moverse abruptamente. Para evitar posibles lesiones graves, mantenga las manos lejos de los bordes de las bandas de desplazamiento.

Tenga en cuenta que la cadena de transmisión y las bandas de desplazamiento están conectadas, y que cuando cualquiera de estas piezas se mueva, la otra también lo hará. Para evitar posibles lesiones graves, no permita que la cadena de transmisión atrape ni comprima nada cuando se muevan las bandas de desplazamiento.

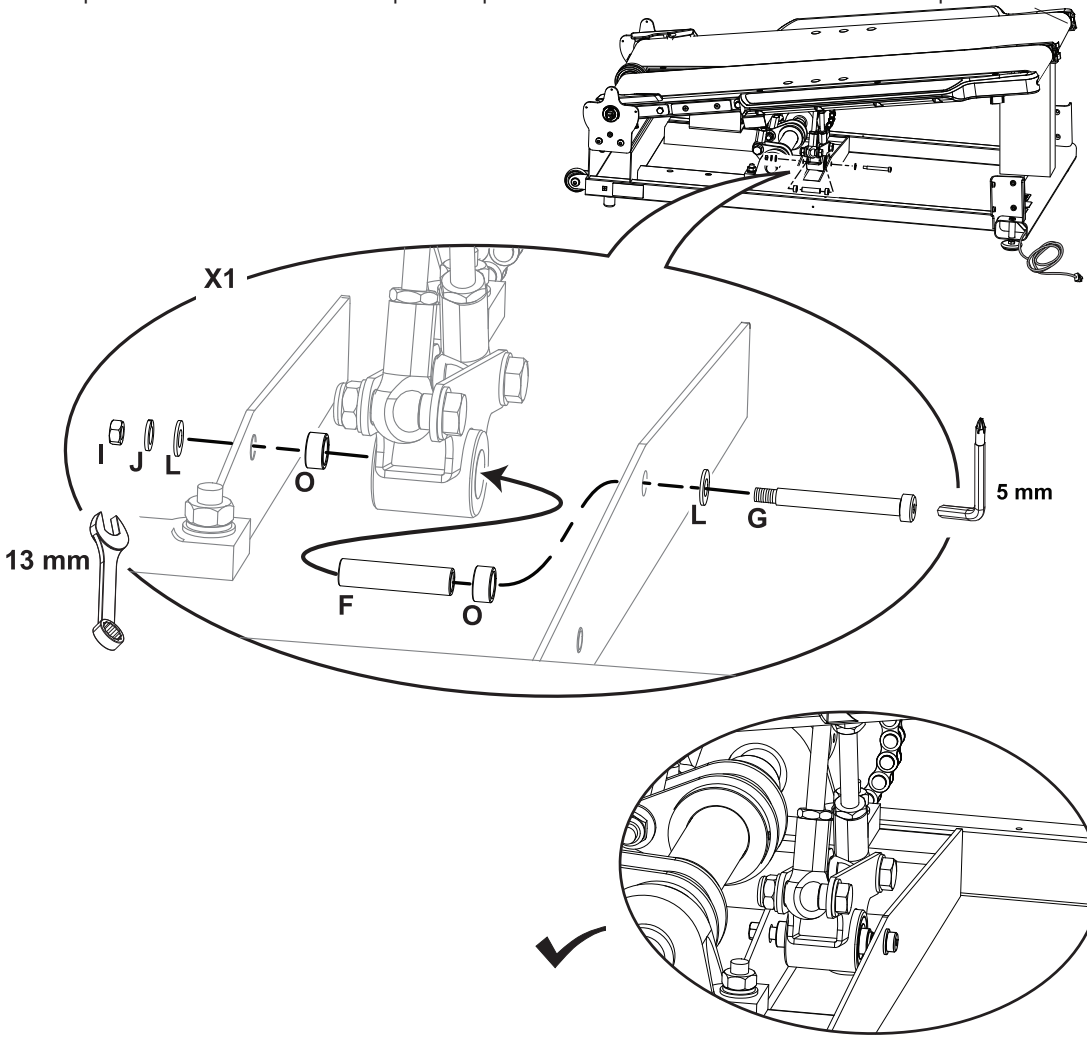


4. Conecte la dependencia al ensamblaje de los pedales

Nota: Las bandas de desplazamiento podrían necesitar un ajuste ligero para alinearse con los orificios para pernos. Retire el bloque de apoyo para los pedales después de apretar la tornillería.

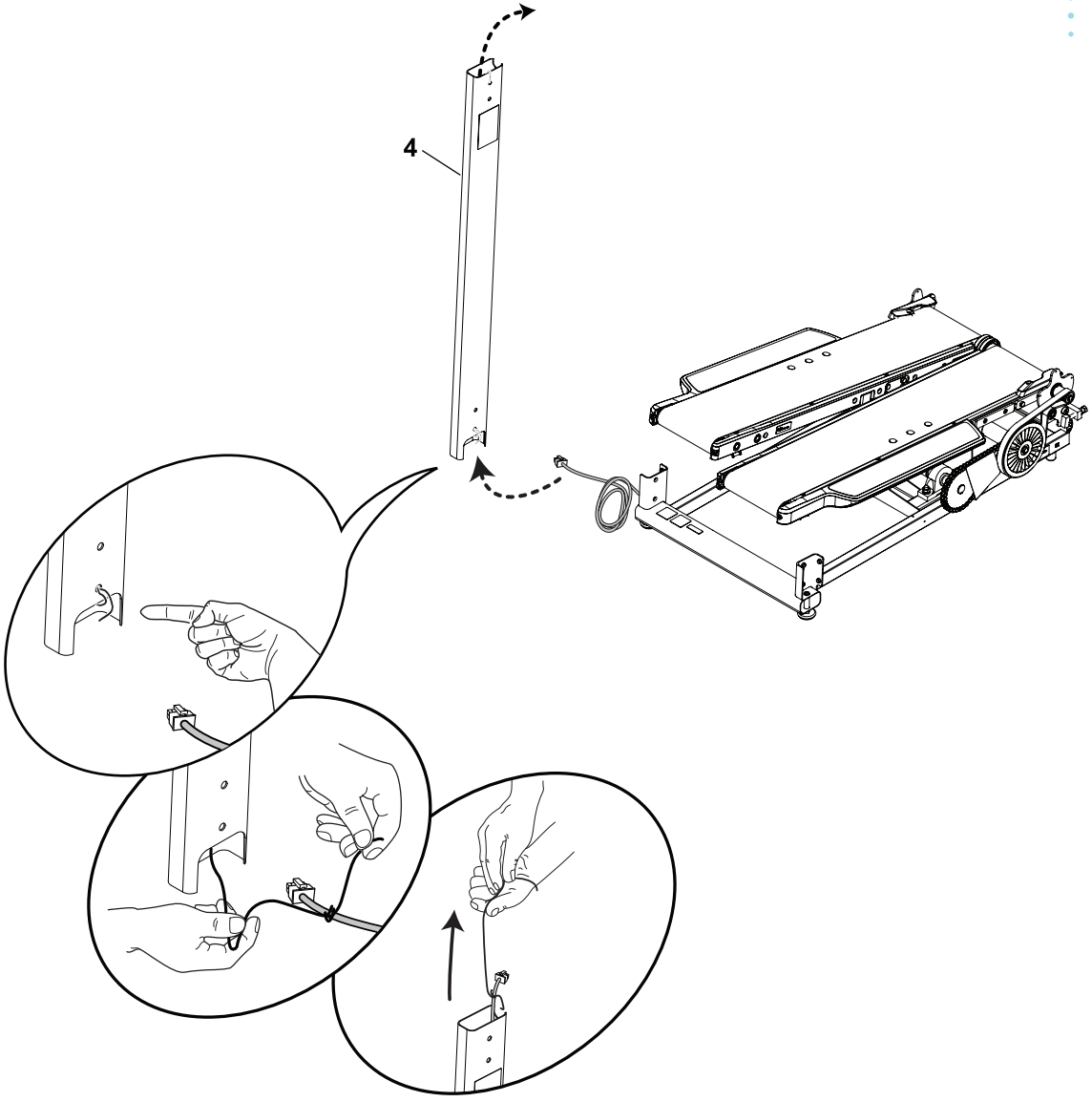
Las bandas de desplazamiento pueden moverse abruptamente. Para evitar posibles lesiones graves, mantenga las manos lejos de los bordes de las bandas de desplazamiento.

Tenga en cuenta que la cadena de transmisión y las bandas de desplazamiento están conectadas, y que cuando cualquiera de estas piezas se mueva, la otra también lo hará. Para evitar posibles lesiones graves, no permita que la cadena de transmisión atrape ni comprima nada cuando se muevan las bandas de desplazamiento.



5. Conecte el cable del sensor de velocidad a través del soporte vertical derecho

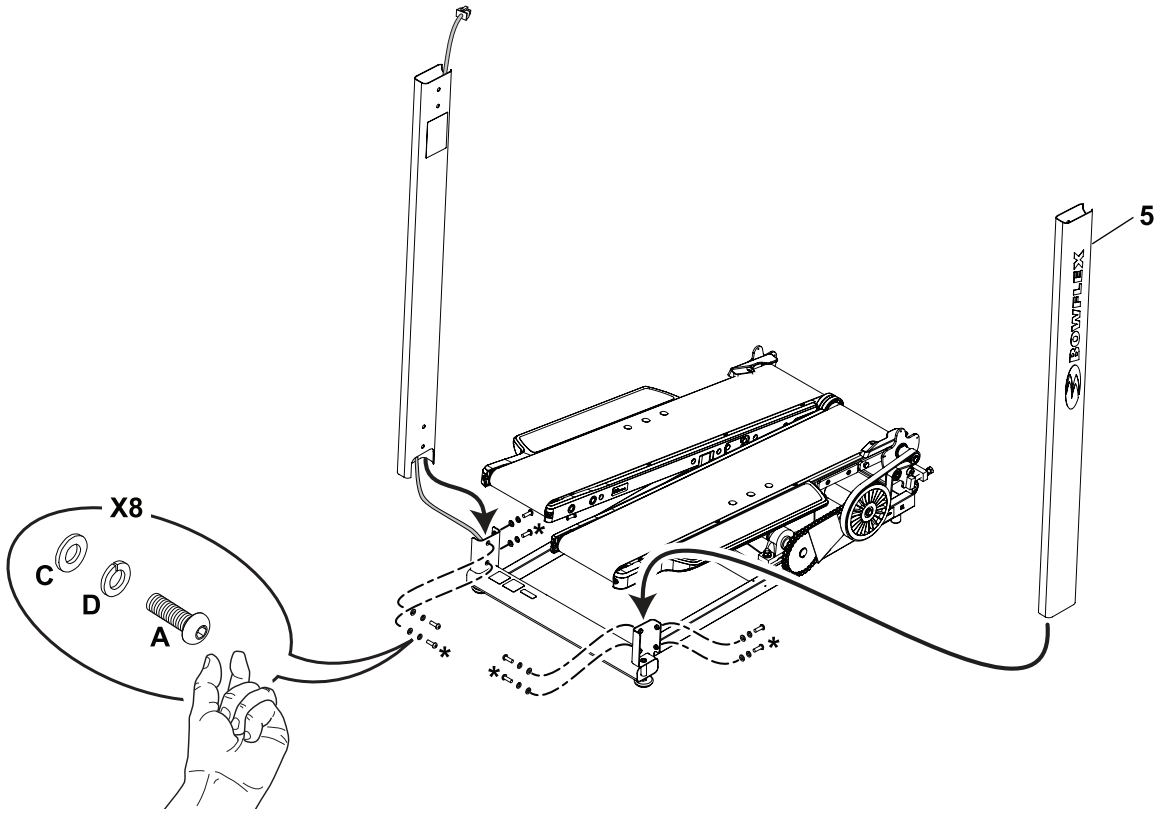
Nota: El cable del sensor de velocidad podría estar dentro de la barra de sujeción de transporte. No tuerza el cable del sensor de velocidad.



6. Acople los soportes verticales al ensamblaje de los pedales

Para prevenir posibles lesiones graves al insertar los extremos de los tubos en el ensamblaje de los pedales, tenga cuidado para evitar que los dedos o las manos queden atrapados o comprimidos.

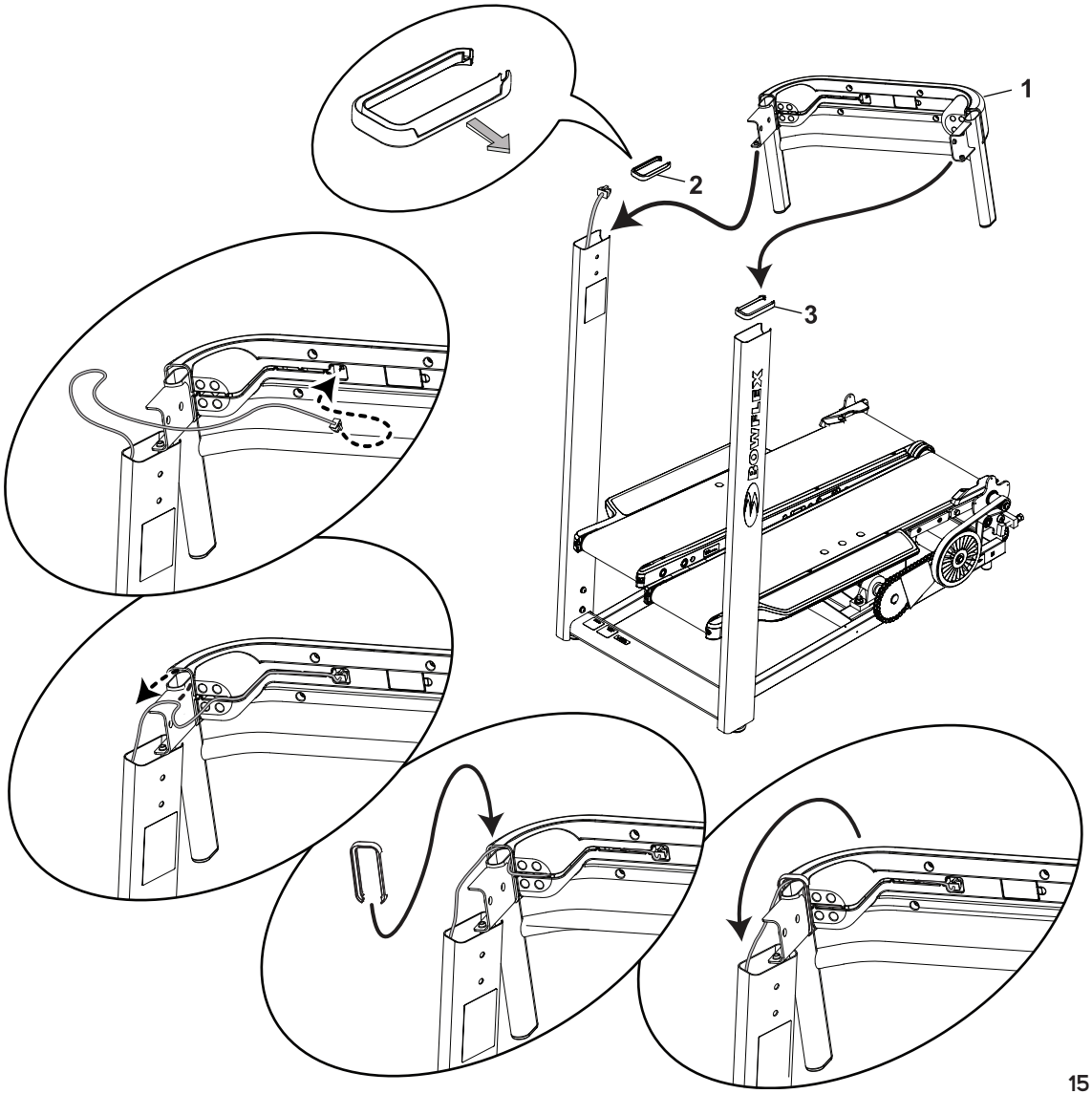
Nota: * Apriete esta tornillería a mano primero. No tuerza el cable del sensor de velocidad.



7. Acople las cubiertas de unión y el ensamblaje de consola/manubrios después de enrutar el cable del sensor de velocidad hacia el ensamblaje de consola/manubrios

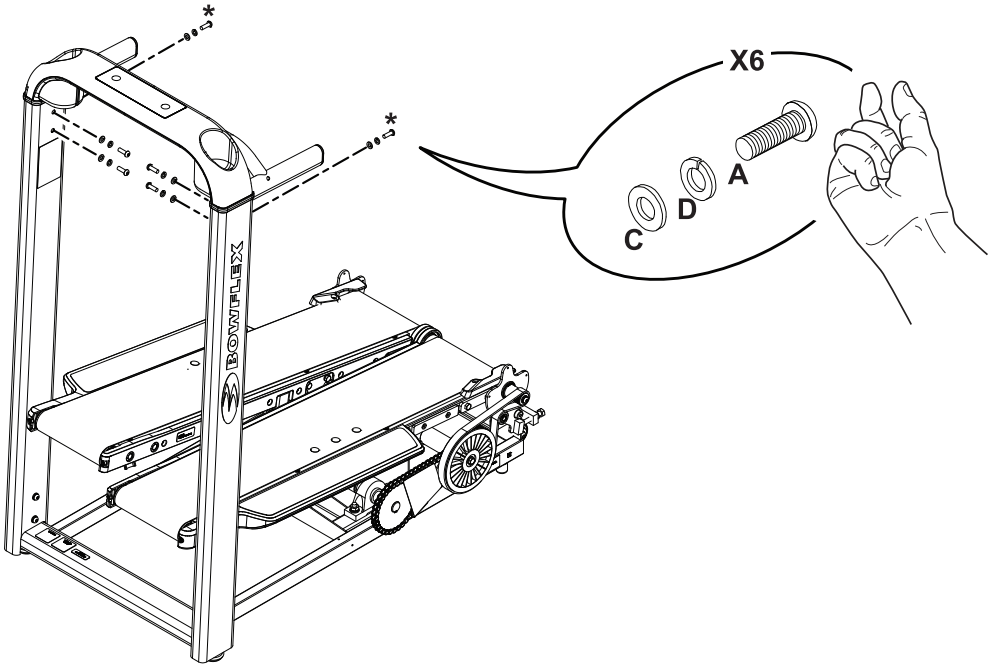
Para prevenir posibles lesiones graves al insertar los extremos de los tubos en el ensamblaje de la base, tenga cuidado para evitar que los dedos o las manos queden atrapados o comprimidos.

Nota: No tuerza el cable del sensor de velocidad. Es posible que este paso requiera dos personas.



8. Asegure el ensamblaje de consola/manubrios

Nota: * Apriete este herraje a mano primeramente hasta que los orificios interiores para pernos se alineen. Una vez que toda la tornillería se haya apretado a mano, apriete bien TODA la tornillería de los pasos anteriores.

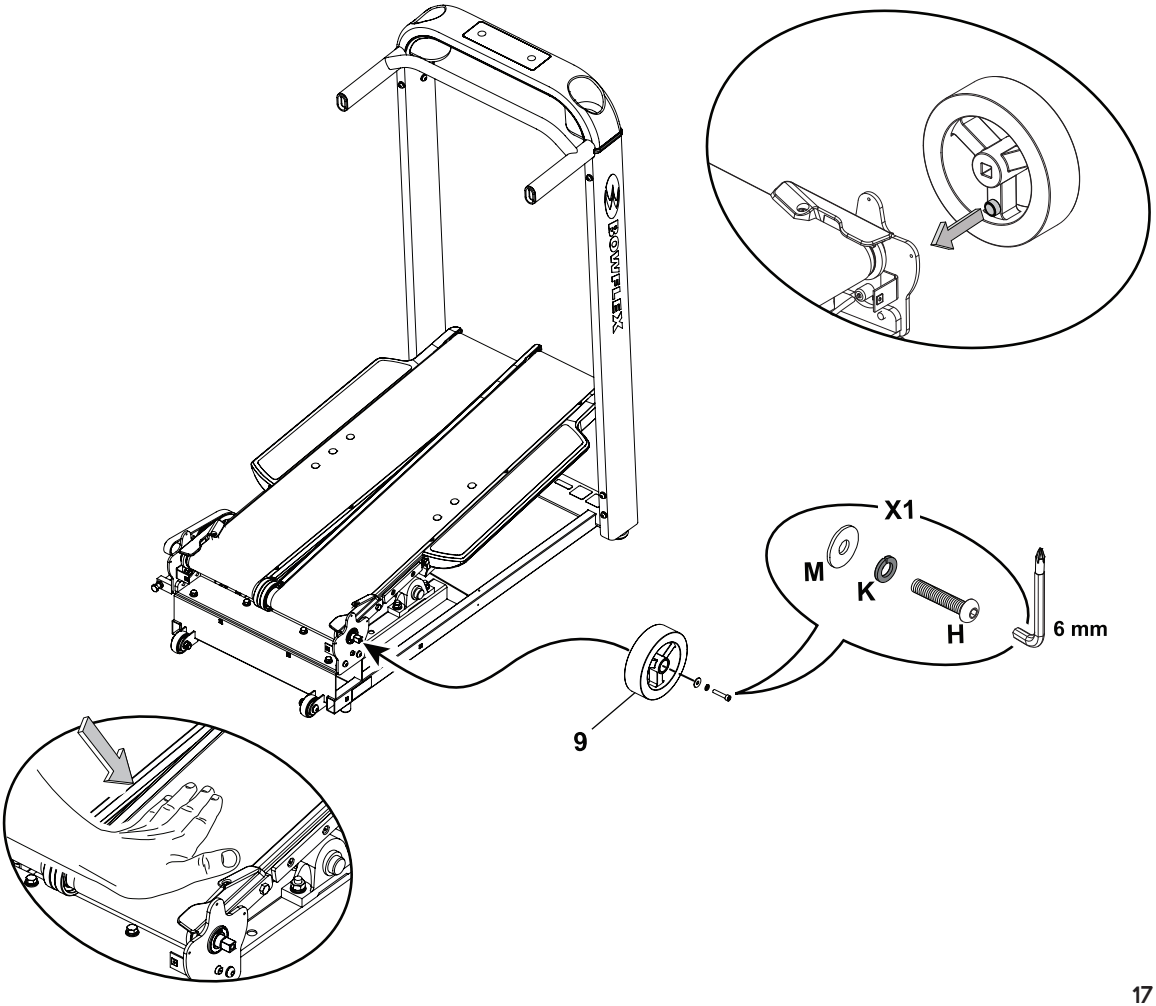


9. Acople el ensamblaje del volante al ensamblaje de los pedales

Nota: Asegúrese de que el imán del sensor de velocidad del ensamblaje del volante esté hacia el ensamblaje de los padales. Presione y mantenga inmóvil la banda de deslizamiento cuando apriete el perno.

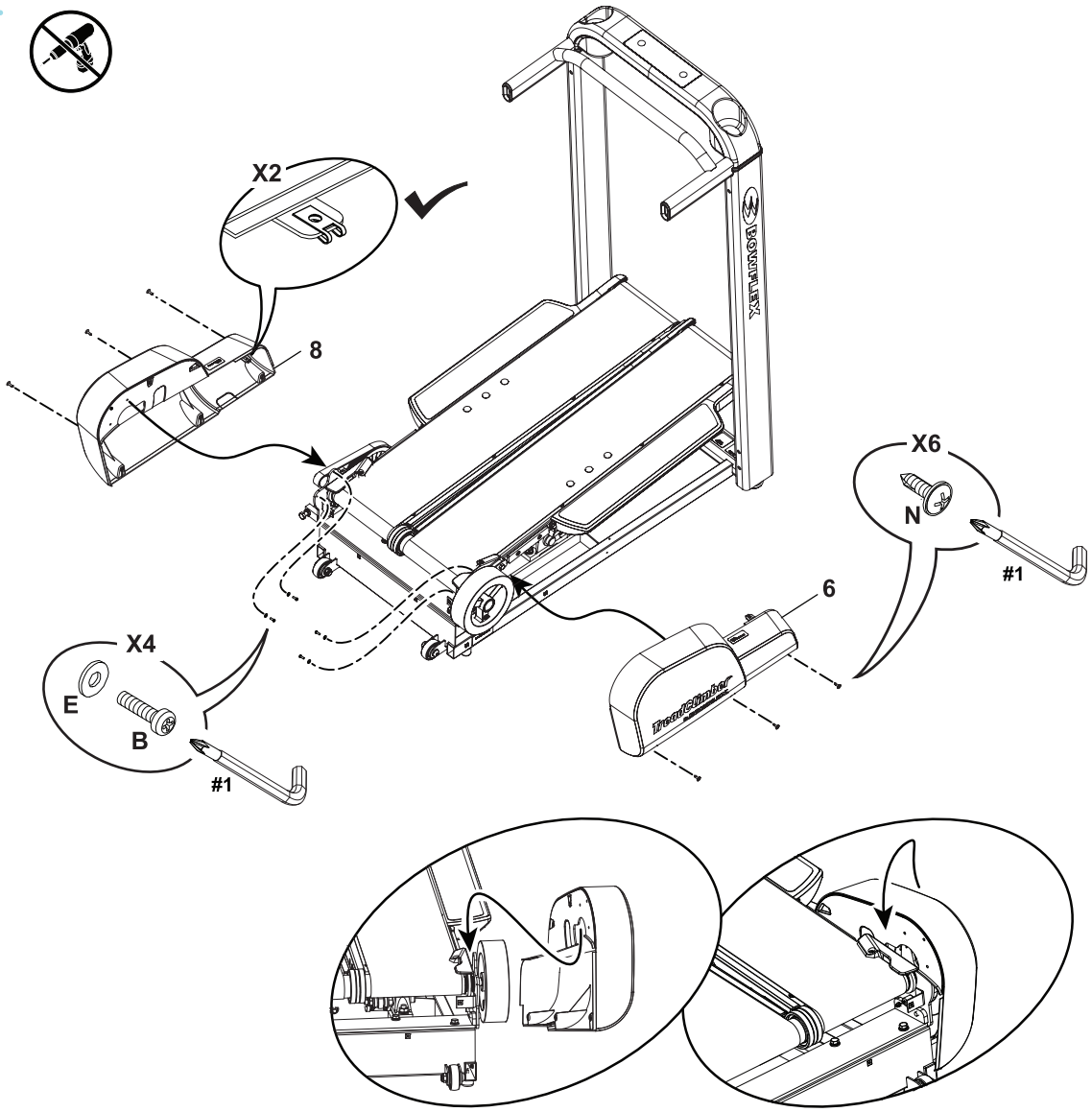
Las bandas de desplazamiento pueden moverse abruptamente. Para evitar posibles lesiones graves, mantenga las manos lejos de los bordes de las bandas de desplazamiento.

Tenga en cuenta que la cadena de transmisión y las bandas de desplazamiento están conectadas, y que cuando cualquiera de estas piezas se mueva, la otra también lo hará. Para evitar posibles lesiones graves, no permita que la cadena de transmisión atrape ni comprima nada cuando se muevan las bandas de desplazamiento.



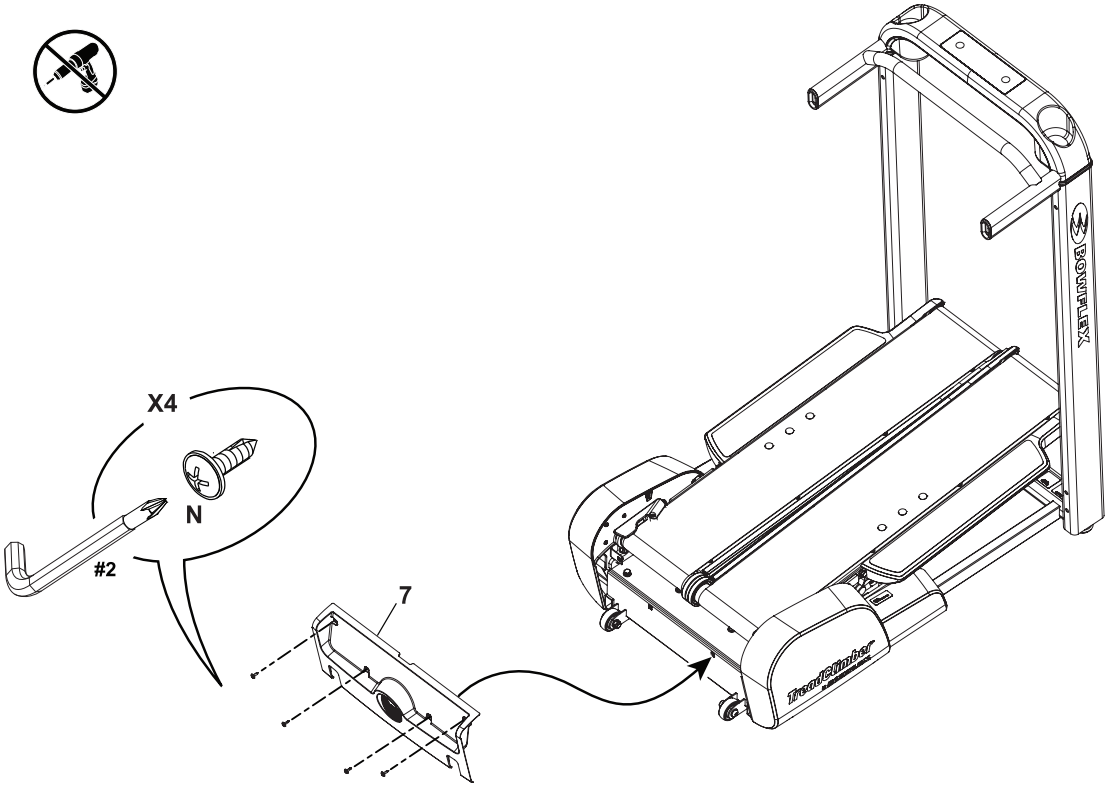
10. Baje un pedal y acople la cubierta lateral al ensamblaje de los pedales

Para bajar completamente un pedal, presione con seguridad la banda de deslizamiento con su pie hacia la parte posterior de la máquina. Con el pedal abajo, incline el frente de la cubierta lateral hacia abajo. En seguida, levante la parte posterior de la cubierta lateral y llévela hacia la plataforma; empuje un poco para ponerla en su lugar. No apriete completamente la tornillería hasta que se le indique. Repita el procedimiento del otro lado.



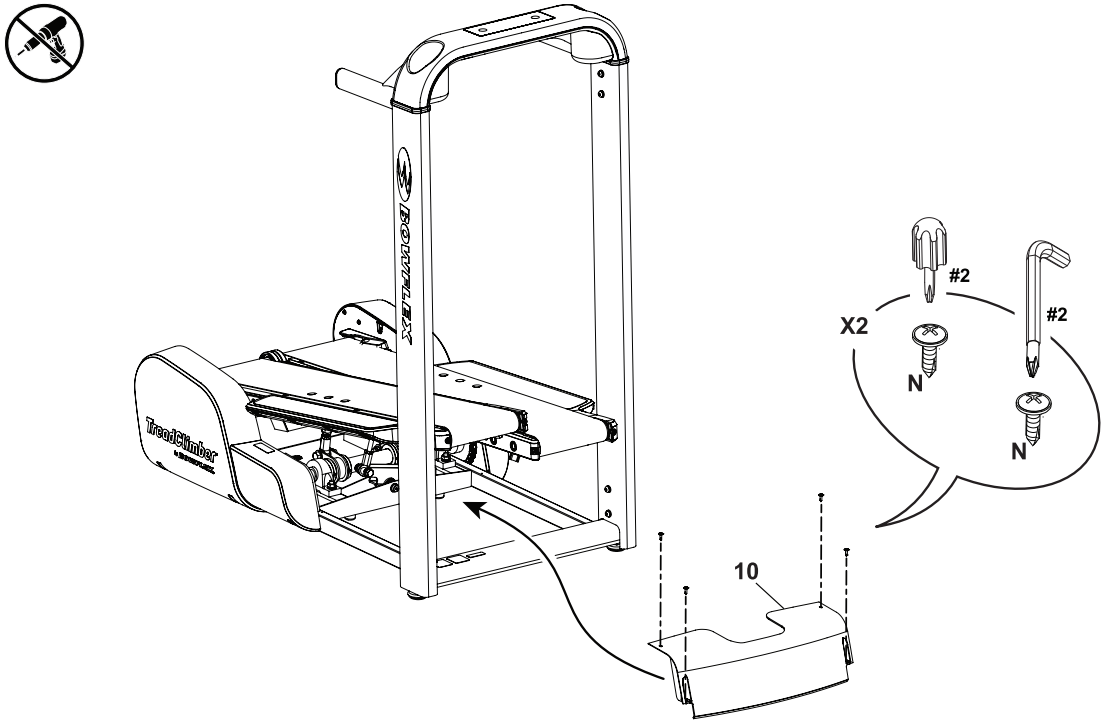
11. Acople la cubierta trasera al ensamblaje de los pedales

Nota: No apriete completamente la tornillería hasta que se le indique.



12. Acople la cubierta frontal al ensamblaje de los pedales

Nota: Ajuste los pedales para que haya más espacio libre. Apriete **toda la** tornillería.

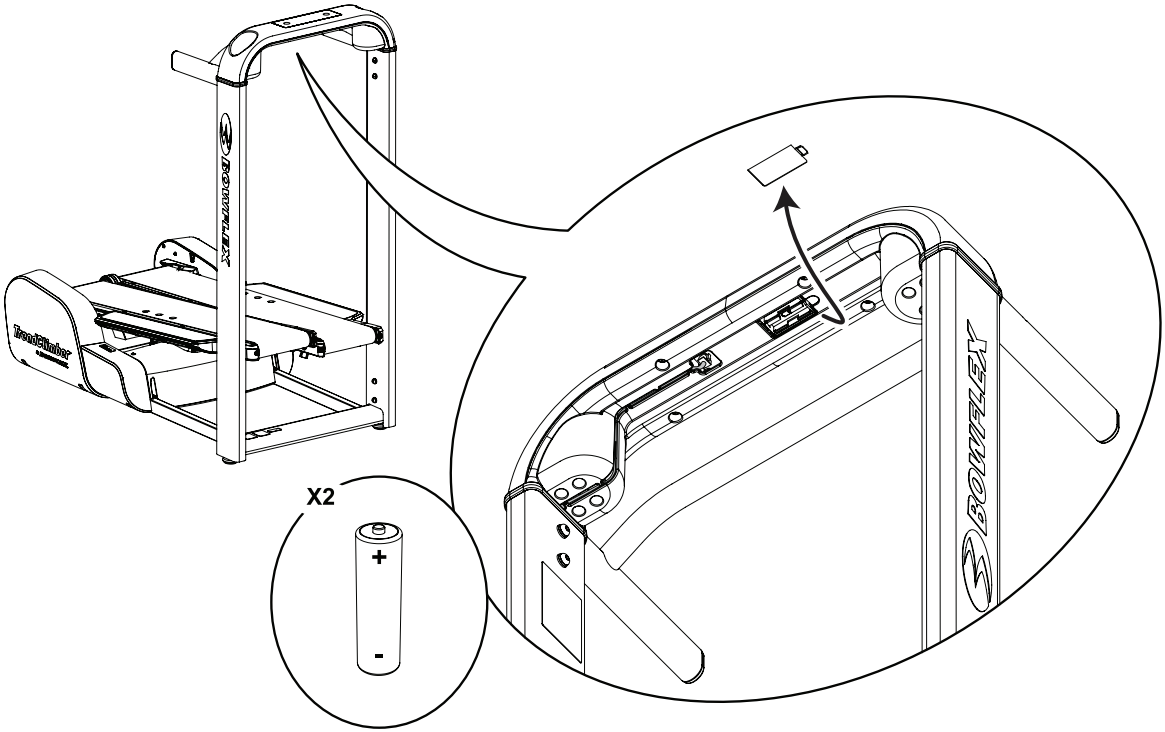


13. Instale las baterías en el ensamblaje de consola/manubrios

Nota: La consola usa 2 baterías tamaño AA (LR6), que no se incluyen. Asegúrese de que las baterías apunten en la dirección de las marcas +/– que hay en el compartimiento para las baterías.

No mezcle baterías viejas y nuevas.

No mezcle baterías alcalinas, estándar (carbono-zinc) o recargables (Ni-Cd, Ni-MH, etc.).

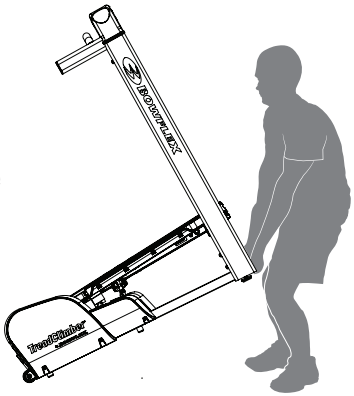


14. Inspección final

Inspeccione la máquina para asegurarse de que todos los sujetadores estén apretados y de que los componentes estén correctamente ensamblados.

Traslado de la máquina

La máquina de ejercicios TreadClimber® pesa aproximadamente 74 kg (163 libras) cuando está completamente ensamblada y es necesario tomar precauciones al trasladarla. Para moverla, use la barra de sujeción de transporte que se encuentra bajo la parte delantera de la máquina. Para acceder a la barra de sujeción de transporte, gire los niveladores hasta que logre un espacio suficiente entre la máquina y el piso.



La máquina puede hacerse rodar sobre las ruedas de transporte a un nuevo lugar. Baje la máquina lentamente en la nueva ubicación sin lesionar su cabeza ni sus dedos.

⚠ No use los soportes verticales, los manubrios, los pedales ni la consola para levantar o mover la máquina. Usted puede sufrir lesiones o la máquina puede resultar dañada.

La máquina puede ser trasladada por una o más personas en función de sus capacidades y destrezas físicas. Asegúrese de que usted y las demás personas sean físicamente capaces y aptos para mover la máquina de manera segura.

Ubique la máquina sobre una superficie limpia, resistente, nivelada y que esté libre de materiales no deseados u otros objetos que puedan estorbar su capacidad para moverse libremente. Se debe usar una estera de goma bajo la máquina para evitar la liberación de electricidad estática y proteger el piso.

Para un almacenamiento seguro de la máquina y evitar el funcionamiento no supervisado de ésta, retire las baterías siempre.

Tenga en cuenta que en la operación normal de la máquina, el movimiento de los pedales está mecánicamente vinculado al movimiento de caminata de las bandas. Cuando las bandas de desplazamiento estén en reposo, los pedales descansarán en una posición fija. En caso de que un objeto se atore entre los pedales, éstos se pueden mover manualmente mediante una de las dos formas siguientes:

1. Empuje hacia abajo con el pie o la mano la barra posapies exterior del pedal inferior; de esta forma se moverán los pedales para liberar el objeto.
2. Empuje hacia abajo y hacia atrás con el pie o la mano la banda de desplazamiento del pedal inferior; de esta forma se moverán los pedales para liberar el objeto.

⚠PRECAUCIÓN No permita que los niños ni las mascotas jueguen con la máquina ni cerca de ésta.

Nivelación de la máquina

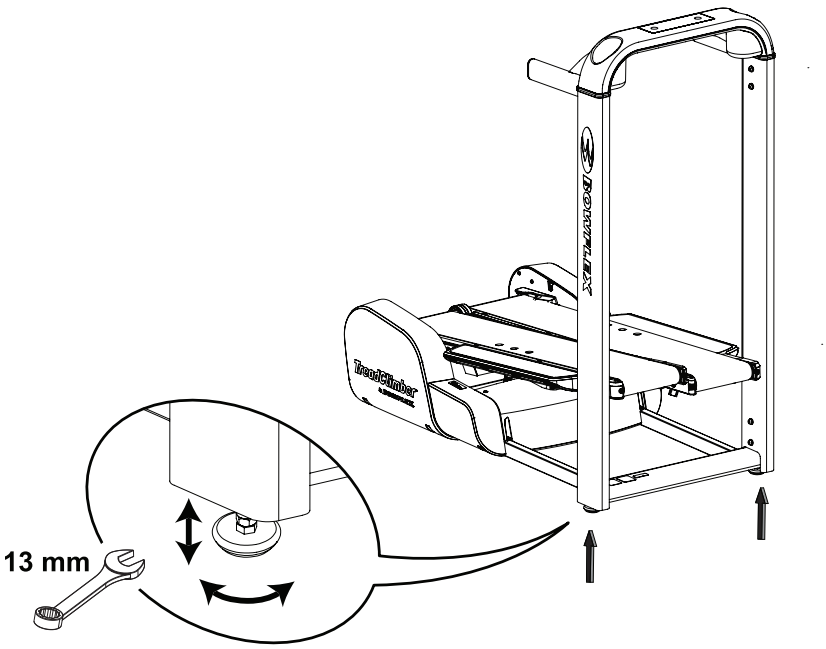
Los niveladores se encuentran en la parte delantera de la máquina TreadClimber®. Asegúrese de que la máquina TreadClimber® esté nivelada y estable antes de ejercitarse en ella. Para ajustar:

1. Afloje la contratuerca superior.

2. Gire el nivelador para ajustar la altura.

3. Apriete la contratuerca superior para bloquear el nivelador.

⚠ No ajuste los niveladores a una altura excesiva que ocasione que se separen o desenrosquen de la máquina. Usted puede sufrir lesiones o la máquina puede resultar dañada.



TreadClimber®

by BOWFLEX®

Nautilus® | Bowflex® | Schwinn® | Universal®

003-3858.072011.A